

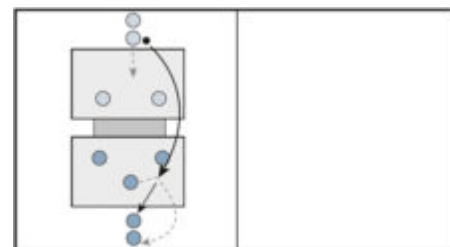
Tchoukball – Jeux sans cadre: Pare-vue

Cet exercice, durant lequel la phase initiale du lancer est masquée par un obstacle, entraîne les réflexes de la défense collective.

Sur deux demi-terrains de 5×4 mètres séparés par un «pare-vue» (par exemple un chariot avec gros tapis). Former deux équipes de cinq ou six joueurs, dont trois sont sur le terrain et les autres en colonne derrière la ligne de fond.

But du jeu: faire tomber le ballon sur le sol adverse après l'avoir lancé par-dessus le pare-vue (= un point).

Lorsqu'un défenseur attrape le ballon, il laisse sa place ainsi que le ballon au premier coéquipier de la colonne et court se mettre derrière celle-ci. Si le ballon n'est pas attrapé, c'est le défenseur le plus proche de l'impact sur le sol qui le récupère et quitte le terrain. Le ballon est ensuite relancé par-dessus le pare-vue par le premier joueur de la colonne. Et ainsi de suite.



Légende

	Attaquant		Cône
	Attaquant avec ballon		Piquet
	Défenseur		Cercneau
	Joueur		Banc suédois
	Joueur avec ballon		Caisson
	Déplacement		Tapis
	Passe		
	Tir		

Cliquer sur l'illustration pour l'agrandir.

Variante

plus facile

Si trop de points sont marqués, le joueur au service compte à voix haute jusqu'à trois avant de lancer le ballon.

Remarque: Il y a faute si le ballon touche le pare-vue (identique à la [règle 9 du tchoukball à l'école](#), pdf).

Matériel: Un ballon, un pare-vue (chariot avec gros tapis, filet de badminton recouvert d'un drap, etc.), huit cônes pour délimiter le terrain

Source: Muriel Sommer Vorpe, cheffe de sport J+S Tchoukball



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO